

子育て中の
パパママ！

体操しよう！！



保護者のための体操です。普段伸ばせないところを伸ばしてスッキリ！血流アップ！
運動不足解消にストレッチしてみませんか？お子さんは支援室にて見守り保育をします。



健康づくり

ポイント事業

対象☆

対象者：たんぽぽカード登録者の父母

場所：子育て支援センター

時間：10:00～ 30分程度

日にち：予定表をご確認ください

幼稚園ママ

保育園ママ

大歓迎！♡



当日は動きやすい服装で
お越しください。
また、妊娠中・産後の方は医師に
相談の上ご参加ください。

お問い合わせ

大子町社会福祉協議会

大子町子育て支援センター

TEL 72-1120

